

公開実用 昭和61●73361

⑩ 日本国特許庁(JP)

⑪ 実用新案出願公開

⑫ 公開実用新案公報(U)

昭61-73361

⑬ Int. Cl.⁴

識別記号

庁内整理番号

⑭ 公開 昭和61年(1986)5月19日

A 63 B 21/30
21/02
23/00

6547-2C
6547-2C
6547-2C

審査請求 未請求 (全 頁)

⑮ 考案の名称 腕脚部運動具

⑯ 実 願 昭59-158972

⑰ 出 願 昭59(1984)10月20日

⑱ 考 案 者 安 東 憲 治 広島県豊田郡安浦町字安登小田野原315-73
⑲ 出 願 人 安 東 憲 治 広島県豊田郡安浦町字安登小田野原315-73

BEST AVAILABLE COPY

明 細 書

1 考案の名称 腕脚部運動具

2 実用新案登録請求の範囲

握力筋増強輪部兼用重量部（１）及び（２）
を連結する開脚（腕）筋力増強伸縮部（３）か
らなる腕脚部運動具

3 考案の詳細な説明

（産業上の利用分野）

本考案は、腕脚部運動具に関するものである。

（従来の技術と解決しようとする問題点）

本考案は、老齢者、病床にある者 又は、
退院をひかえた者等の腕脚部の筋力維持、回復
及び増強のため考案したものである。

上記の者等に適応した運動具は、軽量小型で
あり、かつ 自身の体力に応じて運動量の増減
調節ができること、また 座脚伸長体位、仰が
脚伸長体位にある場合が多いので、その状態で
腕脚部筋力の維持、回復及び増強のできる運動
具でなければならないが、これら問題点を本考
案の運動具で解決しようとするものである。

(問題点を解決するための手段) 及び (実施例)

各図 (各図に示す同番号は同意語) について説明する。本考案の運動具による使用実施例は多数考えられるが代表2例をあげ説明する。

第1図は、本考案の斜視図である。第2図は、握力筋の増強を図るため、弾力性を有する合成樹脂で、だ円ドーナツ状に成型した握力筋増強輪部兼用重量部 (1) 及び (2) の弾性による反発力によって、両手握力筋の増強同時運動ができる。

また、本考案運動具を2〜3個重ねて使用すると、握力筋の運動量は2〜3倍となり運動量増減の調節ができる。第3図は、座脚伸長体位、仰が脚伸長体位で開脚 (腕) 筋力の維持、回復及び増強を図るため、弾力性を有する合成樹脂で、だ円ドーナツ状に成型した握力筋増強輪部兼用重量部 (1) 及び (2) を両足 (手) にかかけ、ゴム等伸縮材質による開脚 (腕) 筋力増強伸縮部 (3) の伸縮力をもって、開脚 (腕) 筋力の増強運動ができる。また、本考案運動具を2〜3個重ねて使用すると、開脚 (腕) 筋力の運動量は2〜3倍とな



り運動量増減の調節ができる。

(第3図は、本考案運動具を2個重ねて使用中の実施例を示す図である。)

なお、本考案運動具は筋力の弱い婦女子にも適応した運動具である。

(考案の効果)

本考案運動具は、前述のごとき構造作用であるから腕脚部運動具の使用数の増減によって、握力筋及び開脚（腕）筋力の運動量増減調節ができ、老齡者、病床者、弱筋力の婦女子に適し、かつ軽量小型の腕脚運動具である。

4 図面の簡単な説明

第1図は、本考案運動具の斜視図である。

第2図は、握力筋増強中の使用例図である。

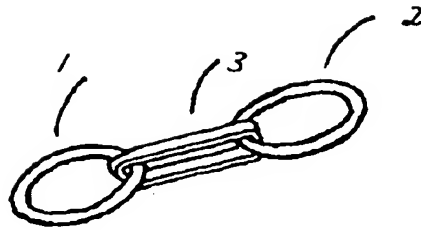
第3図は、開脚（腕）筋力増強中の使用例図である。

1及び2は、握力筋増強輪部兼用重量部

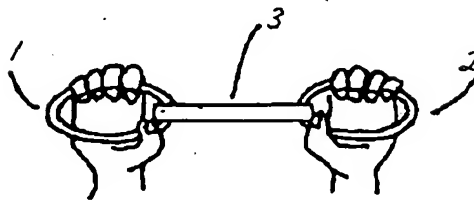
3は、開脚（腕）筋力増強伸縮部

実用新案登録出願人 安東 憲治

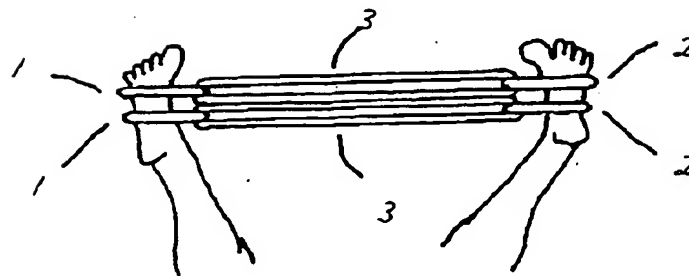
圖 面



第 1 圖



第 2 圖



第 3 圖

實用新案登録出願人

安 東 徳 治

702

61-73361

BEST AVAILABLE COPY